

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ І СПОРТУ  
УКРАЇНИ

ОЛІМПІЙСЬКА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ  
«КПІ»



## **ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОЇ ОСВІТИ**

Матеріали VIII Всеукраїнської науково-методичної  
конференції

13-14 червня 2013 р.

Присвячена сторіччю олімпійського Києва

Київ 2013

УДК 378.037 (082)  
ББК ч 517

**Фізичне виховання в контексті сучасної освіти:** Матеріали VIII Всеукраїнської науково-методичної конференції. За заг. ред. І.І. Вржесневського. – К.: НАУ, 2013. – 196 с.

**Затверджено** методично-редакційною радою Гуманітарного інституту НАУ (протокол № 6 від 12 червня 2013 р.)

Містить матеріали щодо організації і методики викладання фізичного виховання у вищих навчальних закладах в умовах інформаційного суспільства. Розглянуті актуальні питання розвитку рухових якостей студентів в умовах навчальних і позанавчальних занять; питання організації занять зі студентами спеціальних медичних груп та висвітлює проблеми непрофільної фізкультурної освіти студентів.

**Організаційний комітет:**

Н.І. Турчина – завідувач кафедри спортивної підготовки НАУ;  
Ю.М. Вихляев – професор кафедри фізичного виховання НТУУ «КПІ»;  
І.І. Вржесневський – вчений секретар кафедри спортивної підготовки НАУ;  
Е.Г. Черняев – професор кафедри спортивної підготовки НАУ;  
Вржесневська А.І. – викладач кафедри спортивної підготовки НАУ.

**Редакційно-підготовча група:**

Вржесневський І.І., Вржесневська А.І., Черняев Е.Г.

<i>Карпюк І.Ю., Кураченко О.С., Обезюк Т.К.</i> Вивчення динаміки вегетативної дисфункції у студентів спеціальної медичної групи в процесі занять фізичним вихованням .....	82
<i>Карпюк І.Ю.</i> Педагогічна концепція проекту «моніторинг фізичного стану студентів НТУУ «КПІ».....	84
<i>Касацкая Т.Е., Гейченко С.П.</i> Ценностно-ориентированное целеполагание при занятиях физическим воспитанием в ВУЗе.....	87
<i>Козлова Т.Г., Гаврилова Н.Є.</i> Дослідження впливу занять шейпінгом на емоційний стан студентів І-ІІ курсів НТУУ «КПІ» .....	88
<i>Корниченко С.А., Черняев Е., Янишевский Ю.В.</i> Визуальный контроль за двигательными действиями пловцов .....	91
<i>Коробейникова Л.Г., Коробейников Г.В., Дудник О.К.</i> Психофизиологическое состояние и вариабельность сердечного ритма у борцов высокой квалификации .....	93
<i>Костікова С.Д., Якуніна Д.А.</i> Особливості побудови тренувальних програм у плаванні, які направлені на розвиток силової витривалості на суходолі і різноманітних заняттях у воді .....	95
<i>Кравцов В.П.</i> Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом дітей середнього і старшого шкільного віку .....	98
<i>Кузенков О.В., Бітко С.М.</i> Зміни психофізичного стану студентів при систематичному виконанні фізичних навантажень.....	100
<i>Кузнецова Л.И.</i> Физическая реабилитация младших школьников с отклонениями умственного развития.....	103
<i>Кузьменко В.А.</i> Використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні студентів технічних вузів на відділенні туризму .....	104
<i>Леонтьева М.А., Таланцева В.К.</i> О проблеме формирования у студентов интереса к занятиям физической культурой .....	107
<i>Лях-Породько О.О.</i> Значення першої та другої російських олімпіад у розвитку спортивного та олімпійського руху у російській імперії.....	111
<i>Михайленко В.М.</i> Спортивно-оздоровчий туризм як засіб зміцнення здоров'я студентської молоді.....	114
<i>Мишук Д.М., Білоконь В.М.</i> Особливості психоемоційної стійкості в ігрових видах спорту .....	117

Стосовно інтересів до видів спорту, то вони досить різноманітні. Так, найбільш популярними є: ігрові види спорту (25; 31,2%); плавання (12,5; 15,6%); туризм, спортивне орієнтування (12,5; 9,4%), користуються популярністю спортивна гімнастика (лише 6,2; 3,1%); гірські лижі (3,1; 6,2%).

Отримані результати у віковому аспекті дають позитивний внесок для оцінки мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом дітей середнього і старшого шкільного віку.

### **Література**

1. Безверхня Г.В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11 класів: автореф. дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту. Уманський державний педагогічний університет ім. Павла Тичини. – Умань, 2004.

2. Белгородцева Ю.В. Формування інтересу до занять фізичними вправами у учнів старших класів /Ю.В. Белгородцева, Т.Т. Ротера // Олимпийцы и молодая спортивная наука Украины: Материалы VI региональной научно-практической конференции, посвященной XXIX летним Олимпийским играм /ред. Н.П. Булкина; ЛНПУ им. Т.Шевченко. – Луганск, 2008. – С. 112-116.

3. Захарова О.В. Ценностные ориентации учащихся 8-9 классов / О.В. Захарова //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: науковий журнал / ред. С.С. Єрмаков; Харківська обл. відділення НОК України; ХДАДМ. – Харків, 2009. – №10. – С. 65-68.

## **ЗМІНИ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ПРИ СИСТЕМАТИЧНОМУ ВИКОНАННІ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ**

*Кузенков О.В., Бітко С.М.*

Проблема діагностики поточного стану спортсменів набуває в сучасних умовах все більшу актуальність і значимість. Під час діагностики поряд з даними про стан функціональних можливостей організму спортсменів необхідно враховувати особливості їх нейродинамічних і психомоторних функцій, а також особистісних властивостей, що забезпечують координацію психофізіологічних проявів функціонального стану, його якісну своєрідність

Метою досліджень було вивчення психофізіологічних показників, спортсменів різних видів рухової активності.

Дослідження проводили в змагальному періоді за участю 42 спортсменів у віці 17-24 років з високим рівнем спортивної

кваліфікації, що спеціалізуються в ігрових видах спорту, членах збірних України з волейболу, гандболу, баскетболу. У всіх обстежених спортсменів реєстрували параметри вищої нервової діяльності за результатами сенсомоторних показників різного ступеня складності. У роботі були використані наступні методи: аналіз літературних джерел, спостереження, психологічне тестування з використанням психодіагностичних методик: вимір латентного періоду простої зорово-моторної реакції, вимір латентного періоду складної зорово-моторної реакції, вимірювання рівня функціональної рухливості нервових процесів за методикою Хільченко А.Є – Макаренко Н.В., визначення працездатності головного мозку. На установці «ПРОГНОЗ» досліджували швидкість простої зорово-моторної реакції та складної зорово-моторної реакції, величину функціональної рухливості і динамічності нервових процесів у спокої та їх зміни при виконанні навантаження рівного 80% від максимальної, визначали функціональну рухливість нервових процесів та силу нервових процесів. Статистичну обробку результатів проводили з використанням комп'ютерної програми "SPSS v10" з визначенням основних статистичних показників.

Дослідження виявили високий рівень достовірності отриманих результатів серед спортсменів кожного виду спорту. Вивчення індивідуальних характеристик простої зорової моторної реакції та складної зорово-моторної реакції показало високу точність і відтворюваність показників спортсменів ( $P > 0,01$ ) у кожному конкретному випадку, що обумовлено базовим рівнем цих реакцій і адекватністю методології. Індивідуальні характеристики мають достатньо виражені групові рівні, що в свою чергу може відображати багаторічний відбір найбільш генетично адаптованих в результаті тренувальної та змагальної діяльності та індивідуальну адаптацію до конкретного типу рухової активності. Групові дані мають значно більший діапазон (за видами спорту), однак, цей факт може свідчити не про неоднорідність груп, а про наближення до фізіологічної межі часу реакції для даної групи адаптованої до конкретного виду рухової активності. Результати досліджень дозволяють відзначити більш високу ступінь кореляції між простою зоровою моторною реакцією та складною зорово-моторною реакцією у спортсменів різних видів спорту, що в свою чергу відображає ступінь адаптації до домінуючого типу рухової

активності центральної ланки регуляції. Вивчення кореляційних зв'язків між простими і складними реакціями не має лінійної залежності і свідчить про більшу варіабельності взаємозв'язків сенсомоторної і лімбічної областей.

Ці результати дозволяють відзначити, що визначена достовірна значимість зв'язків між специфічною спортивною діяльністю, рівнем простих і складних реакцій і особливостями енергозабезпечення центральної ланки регуляції рухової активності. Результати аналізу функціональної рухливості нервової системи у спортсменів різних видів спорту свідчать, що статичний УФП достовірно нижче динамічного у всіх спортсменів, що досліджувались. Ці результати достовірно відмінні від результатів осіб, які не займаються спортом і свідчать про метаболічну перевагу спортсменів.

Таким чином, виявлені найбільш значущі нейродинамічні показники, що характеризують спортсменів високої кваліфікації ігрових видів спорту. Визначено, що показники функціональної рухливості моторних відділів ЦНС мають групові відмінності, які корелюють з показниками функціонального стану спортсмена. Показники простих і складних зорово-моторних реакцій відображають приналежність спортсмена до виду спорту.

### **Література**

1. Вороновская В.И. Зависимость между функциональной подвижностью, объемом кратковременной памяти и успешностью некоторых видов трудовой и спортивной деятельности: Автореф. дис... канд. биол. наук,— Киев, 1989.— 24 с.
2. Иванюра И.А. Полищук С. М., Шейко В. И. и др. Динамика некоторых психофизиологических функций учащихся среднего школьного возраста, занимающихся плаванием // Индивидуальные психофизиологич. особенности человека и профессиона. деят.; Тез. докл. ч. 2. Черкаassy 13-15 ноября 1991 г.— Киев-Черкаassy, 1991.— С. 55-57.
3. Ильин Е.П. Методические указания к практикуму по психофизиологии (экспресс-методы при изучении свойств нервной системы).— Л.: Ленингр. пед. ин-т, 1981.- 82 с.